

# ENSÉÑANOS A ORAR

**MANUEL ORDEIG Y RUBÉN HERCE**

 EDICIONES  
CRISTIANDAD

---

© Manuel Ordeig 2019

© Rubén Herce 2019

Diseño de portada

Macarena Kindelán

© Derechos para todos los países de lengua  
Española en EDICIONES CRISTIANDAD S.A.  
Madrid 2019

[www.edicionescristiandad.es](http://www.edicionescristiandad.es)

[Info@edicionescristiandad.es](mailto:Info@edicionescristiandad.es)

ISBN: 978-84-7057-662-1

Depósito legal: M-37527-2019

*Printed in Spain*

---

## ÍNDICE

### Introducción:

«Señor, enséñanos a orar».....	9
El marco .....	12
Lo grande y lo pequeño .....	14
Vida recibida y vida vivida; vida acogida y vida entregada.....	16
Tres orientaciones .....	19
1. La oración, fundamento del hombre ...	23
Vivir para Dios .....	23
Participar de la Vida.....	26
Meterse en el Evangelio, vivir en Cristo ...	30
Identificarse con Cristo .....	35
Un deseo de sentido, una llamada al Amor .....	38
Ayudar a abrir los ojos .....	40

Naturaleza y gracia:	
perfecto Dios y perfecto hombre .....	41
Una verdad que libera .....	46
Una verdad que transforma la vida .....	48
2. Iniciar una vida de oración.....	53
Dios con nosotros, ¿nosotros con Dios?..	54
Dificultades y soluciones.....	57
No reza quien quiere, sino quien puede...	61
¿Cómo habla Dios? .....	65
¿Dónde habla Dios? .....	68
En tres tiempos: ¿cómo se hace un rato de oración? .....	70
¿Cómo se <i>mide</i> la calidad de la oración?..	78
3. «Orar siempre y no desfallecer» .....	83
La verdad de una figura: el pájaro solitario .....	85
Los <i>nuevos mediterráneos</i> en la propia vida .....	90
Enamorados del Amor .....	95
«...para que tu fe no desfalezca» .....	99
Oración y esperanza en Dios .....	108
Una pregunta liberadora: ¿cómo estás? ...	113
Atreverse con todos los resortes del corazón.....	120
...y con toda la riqueza de Dios .....	133

4. «Si conocieras el don de Dios».....	137
Contemplativo.....	140
Mirar a Cristo y con Cristo.....	149
Dios inefable .....	157
La unión con Dios .....	162
La Eucaristía .....	170



## INTRODUCCIÓN: «SEÑOR, ENSEÑANOS A ORAR»

La petición de los Apóstoles —«¡Señor, enséñanos a orar!» (Lc 11, 1)— manifiesta el eco que la oración del Señor producía en sus corazones. De igual manera, mucha gente nos pedirá: «¡Enséñame a rezar!» Algunos lo formularán con palabras, otros solo con su vida.

«Hoy se nos plantea el desafío de responder adecuadamente a la sed de Dios de mucha gente»<sup>1</sup>. Una *sed* que solo se sacia en *la oración* porque, en su raíz, la oración no es una actividad humana sino divina. La oración es la respuesta del hombre a un Dios que se le acerca sobremanera, a un

---

<sup>1</sup> Francisco, Papa, Ex. Apost. *Evangelii Gaudium*, n. 21.

Dios que, sin esperar a ser buscado, se hace el encontradizo.

Enseñar a orar, por tanto, no es un adiestramiento, no consiste en transmitir unas técnicas o aprender el uso de determinados medios, aunque algo de esto sea necesario al principio. Lo esencial es que la persona se disponga al encuentro con Dios; sabiendo que, en un encuentro así, lo principal no es lo que hace el hombre, sino la intervención de Dios. La tarea personal consistirá, principalmente, en reconocer, valorar, agradecer y amar a ese Dios que se me acerca.

Con tal planteamiento la oración deja de ser un cometido, una obligación, algo que *hemos de hacer...*, para convertirse en la *puerta de entrada* de Dios en la existencia personal. Teniendo presente que, al entrar, la presencia y la palabra de Dios crean una relación nueva del hombre con Él; una relación que, por ser con el Creador, resulta capaz de renovar, *re-crear*, la vida entera.

Ese diálogo, renovado y renovante con Dios, nos dispone, con el tiempo, a amarle y a confiar en Él de modo pleno, poniendo nuestra vida íntegramente en sus manos.



Llegar a este extremo por todos deseado requiere, amén de la gracia, no pocos años de oración y numerosos pasos intermedios.

El objetivo de estas páginas es ayudar a que los tiempos dedicados exclusivamente a la oración, propios de una vida cristiana comprometida, cumplan una función insustituible en nuestro camino de santificación personal. Lo cual exige enseñar a hacer *oración mental*. Por tanto, no se trata de enseñar a rezar en Misa, ni con oraciones vocales, ni de otras cuestiones importantes en la vida espiritual, que exceden el cometido de este libro.

Pretendiendo, explícitamente, respetar la amplia libertad de los fieles cristianos en su itinerario espiritual, los autores suscriben lo que defendía san Josemaría Escrivá:

«No señalo cómo ha de hacer cada uno la oración: eso es algo muy personal... Solo os doy algunas indicaciones generales: luego, cada uno sigue su camino propio, distinto del de los demás»<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> De la predicación oral de san Josemaría, 6 de septiembre de 1973.

## EL MARCO

Los cuatro capítulos de este volumen han tenido numerosos colaboradores, a quienes agradecemos sinceramente su desinteresado trabajo y sugerencias. En el primero se presenta el marco donde encuadrar cuanto se dirá en los tres siguientes. Sin él, las pinceladas concretas posteriores no pasarían de ser brochazos inconexos. Pero sin la ayuda de lo concreto, faltarían las herramientas para enseñar a orar. No basta captar la necesidad de Dios y el valor de la oración, para que estas ideas orienten la vida entera. Tanto los avances diarios en la oración, como sus enemigos, son muchas veces de índole práctica.

En los inicios algunos de esos detalles concretos son cuantificables. Sin embargo, a medida que la oración avanza y madura, esta ayuda en lo concreto se hace más difícil. Es preciso individuar hacia dónde lleva el Espíritu Santo a una persona, para reforzar esa orientación y ayudarla ante posibles obstáculos. Enseñar a *orar mejor* a un alma curtida en la oración, supone disponer de

un amplio bagaje de conocimientos espirituales y de un sutil espíritu de discernimiento.

Para comenzar, las almas no se repiten y la acción del Espíritu Santo en ellas tampoco. Lo recogido en estos capítulos son ideas generales y, aunque están apoyadas en experiencias vitales de mucha gente, siempre es necesario discernir con prudencia su aplicación a una persona singular.

Por otro lado, los capítulos describen el desarrollo del espíritu de oración, llamado a progresar con los años; progreso que tiene muchos recorridos y matices. Por ejemplo, tras años de vida de oración, no suele haber especiales contenidos, novedosos o desconocidos; lo que se descubre es un nuevo modo de captar las verdades de siempre y de amarlas con especial profundidad.

La realidad existencial es muy compleja, por lo que no se pretende encasillar la acción del Espíritu Santo en etapas o *niveles* independientes y escalonados de vida interior. En cualquier edad y recorrido de oración pueden darse todas las situaciones que aquí quedan reflejadas. Es más, la mis-

ma persona puede, unas temporadas, adelantarse en intimidad con Dios de manera insospechada; y poco después atravesar un periodo de dificultad para orar. Solo el Espíritu Santo conoce la situación interior de una persona y sabe hacerla progresar, a veces en contra de las apariencias.

Lo que siempre se requiere es la lucha contra pecados e imperfecciones, la contrición sincera, y la confianza filial e ilimitada en nuestro Padre Dios y en Jesucristo, nuestro Salvador.

## LO GRANDE Y LO PEQUEÑO

Como apuntaba san Juan Pablo II, todo regalo de Dios es «don y tarea»: también la oración. Las gracias divinas requieren de la correspondencia humana. Lo cual implica un doble afán: descubrir la grandeza y hermosura de abrirse a Dios y buscar su amistad, que nos hace felices aquí y en la otra vida; y aprender con paciencia y tenacidad los modos prácticos de adelantar poco a poco en el camino hacia Él.

Naturalmente, la meta del segundo punto es el primero: los pasos concretos en la oración conducen a una visión magnánima de la existencia, que integra la propia vida en el conjunto de la voluntad salvífica universal de Dios, que actúa constantemente en lo grande y en lo pequeño.

Los modos concretos de hacer oración, las prácticas particulares, son necesarias y ayudan, pero no son lo esencial: siendo imprescindibles, no son el fin. El fin, más que hacer un buen rato de oración o una oración de calidad, es dejar que *Dios nos una a sí*: dejarnos querer por Él y, con su gracia, *aprender a amarle*.

Si se pone el acento en la oración como *actividad*, mucha gente pensará que es una especie de técnica espiritual. En cambio, *enseñar a rezar* supone acompañar a las personas hasta una *situación* interior en la que el fiel cristiano *vive con Dios*. Lo nuclear, la ayuda necesaria para mejorar el arte de la oración, suele ser remover obstáculos vitales —faltas de fe, modos de entenderse a sí mismo y de entender a Dios— que convierten la oración y el mundo personal en

algo asfixiante y pequeño. La clave no consistirá en orientar el quehacer de los ratos de oración, sino en llevar a las personas hasta aquella *situación*, estado vital —o como se le quiera llamar— donde no se puede no rezar, donde la oración se identifica cada vez más con la propia vida: pensamientos, afectos, ilusiones, etc. Es ayudar a vivir a cada persona en Dios.

La oración, así vista, se entiende como *comunicación de vida* entre Dios y el orante: vida recibida y vida vivida; vida acogida y vida entregada.

#### VIDA RECIBIDA Y VIDA VIVIDA; VIDA ACOGIDA Y VIDA ENTREGADA

Quien ora de verdad sabe que la oración afecta a toda su vida, que no es una mera actividad, y que le implica personalmente: en su identidad, su manera de relacionarse, su biografía. Y ello es fruto de haber descubierto quién es Dios y quién soy yo delante de Él.

La oración es la *respuesta* de quien percibe que su vida transcurre en Dios; y ese

reconocimiento es paulatino, prende poco a poco en el alma; con la ayuda de la gracia crece, o también puede decrecer. Lo primario no está en qué hacer en los ratos de oración, o en cómo dirigirse a Dios, sino *conocerle* y *creer* en su Amor (cfr. *1 Jn* 4, 16); y a la luz de esa realidad, descubrirse indigno, procurar evitar el mal y tener confianza en que el bien es posible, porque no nace de uno mismo, sino de Él.

San Josemaría hablaba de una disposición necesaria para que prenda la vida de oración: el aborrecimiento del pecado. Una actitud muy honda de la persona: una gracia que hay que pedir con toda el alma. Una oración con todo lo que soy: con mi trabajo, con mi tiempo, mis pensamientos...

La oración, más que una actividad de un conjunto de potencias —inteligencia, voluntad, sensibilidad...— es algo de otra índole, donde lo más personal, lo más íntimo sale a flote: reconocimiento de uno mismo, de los demás... adoración ante Dios, agradecimiento.

Chesterton señalaba que la actitud decisiva en la vida de una persona era su res-

puesta al conjunto de la vida: o entender la vida como un don y entonces vivir de agradecimiento (esto es el comienzo de la verdadera oración), o entender la vida como un derecho y vivir del descontento de la continua exigencia. De ahí la disposición imprescindible de la humildad. Entrar en la vida de oración es ir descubriendo la propia miseria y la maravilla de la Bondad de Dios: dos cosas tan distantes, y siempre tan unidas.

«Mi oración, ante cualquier circunstancia, ha sido la misma, con tonos diferentes. Le he dicho: Señor, Tú me has puesto aquí; Tú me has confiado eso o aquello, y yo confío en Ti. Sé que eres mi Padre, y he visto siempre que los pequeños están absolutamente seguros de sus padres. Mi experiencia sacerdotal me ha confirmado que este abandono en las manos de Dios empuja a las almas a adquirir una fuerte, honda y serena piedad»<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> San Josemaría Escrivá, *Amigos de Dios*, n.143.



## TRES ORIENTACIONES

Para terminar esta introducción y como encuadre del libro, pueden servir tres orientaciones generales. La primera es *presentar a Dios, hablar de Dios*: es ante la realidad divina cuando surge la verdadera oración. Y aquí habrá que dar ideas sobre cómo alimentar la oración (vidas de Cristo, textos asequibles que ayuden a penetrar en el misterio de Dios...), cómo suscitar la inquietud por conocerle y amarle; y esto al inicio del camino y siempre. Lo decisivo no será tanto lo que hago, como hacia dónde me lleva la oración, qué busco al orar.

La segunda es *escuchar a las personas, conocerlas*. Cada uno tiene su recorrido y requiere, de nuestra parte, gran flexibilidad para descubrir su valor, respetar y amar su libertad, y ayudarle a descubrir la propia miseria. Las circunstancias provocan una situación vital particular en cada uno; y precisamente ahí, Dios le saldrá al encuentro.

Con gente joven, además de escuchar, será importante dedicar tiempo a estar con ellos. El conocimiento personal que pro-

porciona el trato mutuo, el pasar tiempo juntos, permitirá ayudarles a entender mejor la propia vida: la responsabilidad por los propios dones, las posibilidades de servir, la confianza que realmente tienen en Dios (que lleva a arriesgarse por Él...), la aceptación de los propios límites, convirtiéndolos en ocasión de vivir la filiación divina, de ahondar en la misericordia de Dios, de pedir la virtud de la esperanza, etc.

Un tercer punto es ayudar a las personas a saberse *inmersos en una historia de redención*, que incluye una tradición. Así es más fácil entender la necesidad de una orientación, una guía, para poder entenderse y entender a Dios, que habla a cada uno contando con la naturaleza social del hombre y se revela a un pueblo: la Iglesia. Nuestra historia personal no es un verso suelto, sino un verso que se entiende en el contexto de lo que nos precede, de lo que nos rodea y de lo que nos sigue. Por eso necesitamos acercarnos a los maestros de oración y aprender de los que nos rodean: los escritos de los santos, sus biografías, los medios de formación cristiana... En este sentido,

los textos de san Josemaría Escrivá poseen tal riqueza de contenido sobre la oración, que justifica la mención frecuente que haremos de ellos.

En definitiva, la oración es *el* medio de hacer consciente nuestra relación con Dios. Presentándonos ante Él tal como somos y estamos; reconociendo su actuación tal como ha querido realizarla. La oración es vivir fiados de Alguien —mi Padre Dios— que me trasciende y me supera. Solo orando se aprende a orar.